

ABSTRAK

HUBUNGAN STRES DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA PUSKESMAS KASIHAN II BANTUL YOGYAKARTA

Dewi Mayasari¹⁾, Sri Werdati²⁾, Muhammad Irfanudin³⁾
Dewimayasr11@gmail.com

Intisari

Latar Belakang: Lansia merupakan tahap lanjut dari proses kehidupan yang ditandai dengan perubahan-perubahan pada tubuh yang dapat menyebabkan masalah seperti hipertensi. Banyak faktor yang mempengaruhi hipertensi salah satunya stres. Jika seseorang mengalami stres maka akan terjadi peningkatan tekanan darah sehingga menimbulkan resiko terjadinya hipertensi.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui hubungan stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di Posyandu Lansia Puskesmas Kasihan II Bantul Yogyakarta.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan analisis *cross sectional*. Sampel penelitian adalah responden dengan hipertensi yang berusia > 60 tahun yang berjumlah 126 responden. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner dan sphygmomanometer untuk pengukuran tekanan darah. Metode pengolahan data meliputi editing, coding, entry data, dan tabulating.

Hasil Penelitian : Hasil uji korelasi didapatkan adanya hubungan antara stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi Di Posyandu Lansia Puskesmas Kasihan II Bantul Yogyakarta dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$)

Kesimpulan : terdapat hubungan antara stress dengan tekanan darah pada lansia hipertensi Di Posyandu Lansia Puskesmas Kasihan II Bantul Yogyakarta

Kata Kunci: stres, tekanan darah, lansia, hipertensi.

Keterangan:

- 1) Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Universitas Alma Ata
- 2) Pembimbing 1 Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Alma Ata
- 3) Pembimbing 2 Dosen S1 Ilmu Keperawatan Universitas Alma Ata

THE CORRELATION BETWEEN STRESS AND BLOOD PRESSURE HYPERTENSION ELDERLY AT ELDERLY COMMUNITY CLINIC OF KASIHAN II BANTUL YOGYAKARTA

Dewi Mayasari¹⁾, Sri Werdati²⁾, Muhammad Irfanudin³⁾
Dewimayasr11@gmail.com

ABSTRACT

Background: Elderly is the further stage of life process marked by physical changes that may cause problems, such as hypertension. There are many factors which affect hypertension, one of which is stress. If someone suffers from stress, then there was be an increase blood pressure decrease and was result in the risk of hypertension.

Research Purpose: To know the correlation between stress and blood pressure on hypertension elderly at Community Clinic of Kasihan II Bantul Yogyakarta.

Research Method: This research is a quantitative which used cross sectional analysis. The samples of this research were 126 respondents who were older than 60 years old and suffered from hypertension. The data was collected using questionnaires and sphygmomanometer to measure the blood pressure. The data processing methods included editing, coding, entry data, and tabulating

Research Result: From the test, there was a correlation between stress and blood pressure on hypertension elderly at the Community Clinic of Kasihan II Bantul Yogyakarta with p-value at 0,000 ($p < 0,05$).

Conclusion: There was a correlation between stress and blood pressure on hypertension elderly at Community Clinic of Kasihan II Bantul Yogyakarta.

Keywords: stress, blood pressure, elderly, hypertension.

Information:

- 1) Student of Nursing Undergraduate Program, Alma Ata University
- 2) Supervisor 1, Dean of Medical Sciences Faculty, Alma Ata University
- 3) Supervisor 2, Lecturer of Nursing Undergraduate Program, Alma Ata University

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menua atau menjadi tua adalah suatu hal yang sudah wajar yang akan dialami oleh setiap individu yang diberikan umur panjang. Cepat lambatnya proses penuaan yang terjadi setiap orang tergantung pada masing-masing orang itu sendiri. Proses menua biasanya dimulai sejak seseorang berusia 45 tahun dan akan menimbulkan masalah pada usia 60 tahun (1).

Lanjut usia atau lansia yaitu tahap kelanjutan dari proses kehidupan yang ditandai dengan perubahan-perubahan seperti perubahan kognitif, perubahan fisiologis, perubahan fungsional, perubahan pola tidur dan istirahat, serta perubahan spiritual. Perubahan-perubahan tersebut tidak dapat dihindari karena sudah proses yang alami dalam kehidupan (2).

Daerah Istimewa Yogyakarta termasuk daerah yang banyak penduduknya. Pada tahun 2018 terdapat 427.498 orang dengan prosentase 95,47% yang terbagi sebanyak 208.792 orang berjenis kelamin laki-laki dan sebanyak 218.706 orang berjenis kelamin perempuan. Jumlah lansia di DIY terdapat 10,51% sedangkan di Kabupaten Bantul 12,96% yang menempati urutan nomor 3 setelah Kabupaten Kulon Progo dan Kabupaten Gunung Kidul yang masing-masing dengan prosentase 17,64% dan 19,65% (3). Dengan semakin besar peningkatan data pada lansia dan

terjadi banyak perubahan pada diri lansia sehingga dapat menimbulkan masalah kesehatan maka peneliti melakukan penelitian pada lansia.

Masalah kesehatan pada lansia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor internal (diri sendiri) dan faktor eksternal (dari lingkungan luar) (4). Berdasarkan data dari WHO tahun 2015 terdapat sekitar 1,56 milyar orang dewasa pada tahun 2020 akan hidup dengan masalah hipertensi. Hipertensi membunuh sebanyak 8 milyar orang di setiap tahunnya dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di Asia Timur-Selatan. Sekitar 1/3 dari orang dewasa di Asia Timur-Selatan menderita hipertensi (5).

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara tidak normal dan terus menerus pada pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan yang disebabkan karena beberapa faktor risiko yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah secara normal. Hipertensi atau tekanan darah tinggi ini berkaitan dengan kenaikan tekanan sistolik atau diastolik ataupun keduanya. Hipertensi sebagai tekanan darah tinggi persisten dimana tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg, sehingga jika seseorang tekanan darahnya melebihi batas tersebut maka dapat dikatakan hipertensi (6).

Sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya menderita penyakit tersebut. Berdasarkan data dari riskesdas prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2013, hipertensi pada lansia menempati urutan yang pertama dengan prevalensi berdasarkan umur 55-64 tahun

45,9% , umur 65-74 tahun 57,6% , umur >75 tahun 63,8% dan berdasarkan daerah didapatkan hasil 25,8%, tertinggi di Bangka Belitung yaitu sebesar 30,9% , sedangkan yang terendah di Papua sebesar 16,8%. Dari hasil data tersebut dari 25,8% sebesar sepertiga orang terdeteksi menderita hipertensi sedangkan sisanya sebesar duapertiga tidak terdeteksi. Data menunjukkan 0,7% orang yang terdeteksi hipertensi mengkonsumsi obat tekanan darah tinggi (7).

Di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2015 terdapat 603.840 dari keseluruhan kasus penyakit tidak menular. Penyakit hipertensi menempati urutan yang pertama dengan data 57,87% dengan jumlah penduduk yang beresiko (>15 tahun) yang dilakukan pemeriksaan pengukuran tekanan darah terdapat sebanyak 2.807.407 atau 11,03%. Dari jenis kelamin didapatkan hasil golongan laki-laki 20,88% lebih tinggi dibandingkan dengan golongan perempuan yaitu 16,28% (8).

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) merupakan provinsi yang menempati urutan ke-5 di Indonesia dengan prosentase 35,8% (9). Berdasarkan studi pendahuluan di Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul data pada tahun 2016, Kabupaten Bantul merupakan salah satu kabupaten yang memiliki prevalensi kejadian hipertensi yang tinggi yaitu sebesar 44954. Dari data tersebut penyakit hipertensi menempati urutan kedua dari 10 besar penyakit yang ada di Puskesmas Kabupaten Bantul tahun 2016. Sedangkan pada tahun 2015 prevalensi hipertensi didapatkan sebesar 38641 (10).

Penyakit hipertensi berdasarkan penyebabnya digolongkan menjadi dua yaitu hipertensi esensial atau primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi esensial atau primer adalah suatu penyakit terjadinya peningkatan tekanan darah yang penyebabnya belum diketahui secara pasti. Sedangkan hipertensi sekunder adalah suatu penyakit terjadinya peningkatan tekanan darah yang penyebabnya sudah diketahui secara jelas sehingga lebih mudah untuk dikendalikan (6). Faktor yang berpengaruh dalam terjadinya hipertensi primer yaitu genetik, lingkungan, hiperaktivitas, obesitas, merokok, serta keadaan stres.

Stres merupakan suatu respon tubuh seseorang terhadap stressor psikososial yang dapat menimbulkan suatu ketegangan dalam diri seseorang itu sendiri (11). Penelitian yang dilakukan oleh Prisilia Alva, dapat diketahui bahwa sebagian besar lansia mengalami stres sebanyak 40 (80%) orang dari 50 sampel, penyebab stres dalam penelitiannya disebabkan karena lansia tinggal dipanti selain itu juga karena faktor dari dalam lansia itu sendiri (12).

Kaitan antara stres dengan hipertensi terjadi melalui aktivitas dari saraf simpatis. Terjadinya peningkatan saraf bisa menyebabkan tingginya tekanan darah secara tidak menentu. Sehingga stres dalam jangka waktu yang lama dapat mengakibatkan tekanan darah dalam kondisi yang tetap tinggi. Stres akan meningkatkan resistensi pada pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan menstimulasi kerja pada saraf simpatis (13). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wayan dan Idawati

menunjukkan bahwa dari 89 responden terdapat 45 responden yang mengalami stres, 40% atau 40 responden naik tekanan darahnya dan yang tidak naik sebesar 11,1% atau 5 orang. Dari 44 responden yang tidak mengalami stres, 9,1% atau 4 responden yang tekanan darahnya naik dan 90,9% atau 40 orang tekanan darahnya tidak naik. Seseorang yang mengalami stres memiliki resiko terjadinya kenaikan tekanan darah sebanyak 80 kali lebih besar dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami stres (14).

Dari beberapa uraian diatas, dapat diketahui bahwa perlu dimilikinya manajemen stres pada setiap individu terutama pada lansia agar mampu menangani stres yang dialaminya. Manajemen stres yaitu suatu program untuk melakukan pengukuran atau pengontrolan terhadap stres yang dialami seseorang yang memiliki tujuan untuk mengetahui penyebab dari stres dan mengetahui cara-cara dalam mengendalikan stres, sehingga seseorang akan lebih baik dalam menangani stres dalam hidupnya (15).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 23 oktober 2018 di Puskesmas Kasihan II didapatkan data 10.650 lansia. Sedangkan lansia yang mendapatkan pelayanan 4299 lansia hanya terdapat (40%) dari total keseluruhan. Data kunjungan pasien hipertensi selama satu tahun di Puskesmas Kasihan II terdapat 2864 pasien. Selain itu dari studi pendahuluan yang dilakukan pada 5 orang lansia yang menunjukkan bahwa 4 diantaranya terkena hipertensi yang mengatakan sering mengalami sakit kepala, susah tidur, dan mudah marah. Berdasarkan

wawancara yang dilakukan kepada 5 orang lansia didapatkan hasil 2 orang mengalami stres sedang, 1 orang mengalami stres ringan, dan 2 orang yang lainnya dengan hasil stres normal.

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti telah melakukan penelitian tentang hubungan stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di Posyandu Lansia Puskesmas Kasihan II Bantul, Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah ada hubungan antara stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di Posyandu Lansia Puskesmas Kasihan II Kabupaten Bantul Yogyakarta ?

C. Tujuan

1. Mengetahui distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden di Posyandu Lansia
2. Mengetahui hubungan karakteristik responden dengan tekanan darah lansia hipertensi di Posyandu Lansia
3. Mengetahui tingkat stres pada lansia dengan hipertensi di Posyandu Lansia
4. Mengetahui tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Posyandu Lansia
5. Mengidentifikasi hubungan stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di Posyandu Lansia

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Secara teori penelitian ini bermanfaat sebagai pedoman dibidang ilmu keperawatan khususnya keperawatan gerontik

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini bermanfaat dalam upaya meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dan sebagai pertimbangan untuk mengambil kebijakan dalam upaya mengurangi prevalensi angka kesakitan karena hipertensi serta mampu mencegah dan menangani setiap masalah kesehatan

b. Bagi Institusi

Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan masukan dalam mengembangkan tentang keperawatan gerontik yang berhubungan dengan stress pada lansia dan sumber bacaan bagi ilmu keperawatan di Universitas Alma Ata Yogyakarta

c. Bagi Tempat Penelitian

Dapat memberikan informasi bagi penyusunan program kesehatan kedepannya guna untuk mengurangi prevalensi angka kesakitan karena hipertensi

d. Bagi Responden

Manfaat yang dapat diperoleh dari responden adalah lansia yang melakukan kunjungan untuk pemeriksaan tekanan darah dan perlunya mengatur aktivitas yang seimbang serta menghindari hal-hal yang memicu terjadinya stres sehingga memperoleh informasi untuk manajemen stres

e. Bagi Peneliti

Dapat memberikan informasi baru tentang hubungan stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi

f. Bagi Peneliti Lainnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran awal untuk melakukan penelitian selanjutnya yang meneliti variabel-variabel lainnya yang diteliti

E. Keaslian Penelitian

Table 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Tahun	Judul Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Prisilia AS, Hendro JB, Jill L	2016	Hubungan Kejadian Stress Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado	Hasil penelitian yang dilakukan oleh 50 orang diperoleh hasil terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian stres dengan penyakit hipertensi pada lansia dengan menggunakan <i>Fisher's Exact Test</i> ($p=0,000$)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel independen yaitu stres 2. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner 3. Pendekatan yang digunakan <i>cross sectional</i> 	<p>Pada penelitian dahulu variabel dependennya penyakit hipertensi, sedangkan pada penelitian yang akan diteliti tekanan darah</p> <p>Pada penelitian dahulu dengan sampel 50 orang sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan dengan sampel 126 orang</p> <p>Pada penelitian dahulu tempat penelitian dilakukan di Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan di Posyandu Lansia Puskesmas Kasihan II Bantul</p>

No	Nama Peneliti	Tahun	Judul Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
2	Sulastris	2015	Hubungan Antara Stres Dan Riwayat Kontrol Dengan Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di UPTD PSLU Natar Lampung Selatan	Hasil penelitian responden mengalami kekambuhan hipertensi yaitu 37 responden (57,8%), stres sedang 41 responden (64,1%), dan rutin melakukan kontrol 38 responden (59,4%).	1. Variabel independen : stres 2. Pendekatan yang digunakan <i>cross sectional</i> 3. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner	Pada penelitian dahulu variabel dependennya kekambuhan hipertensi, sedangkan pada penelitian yang akan diteliti tekanan darah Pada penelitian dahulu penelitian dilakukan di UPTD PSLU Natar Lampung, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan di Posyandu Lansia Puskesmas Kasihan II Bantul

No	Nama Peneliti	Tahun	Judul Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
3	Rantiningih S, Edi S, Veriani A	2015	Konsumsi <i>Junk Food</i> Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia di Kecamatan Kasihan, Bantul, Yogyakarta	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi <i>junk food</i> dengan hipertensi pada lansia, responden yang mengalami hipertensi ada 49 responden (67,1%) yang sering mengonsumsi <i>junk food</i> dan 24 responden (32,9%) jarang mengonsumsi <i>junk food</i> , sedangkan responden yang tidak mengalami hipertensi sebanyak 9 responden (33,3%) sering mengonsumsi <i>junk food</i> serta 18 responden (66,7%) jarang mengonsumsi <i>junk food</i> . Terdapat hubungan antara konsumsi <i>junk food</i> dengan kejadian hipertensi pada lansia yang ditunjukkan dengan hasil <i>p-value</i> 0,002. Faktor risiko terjadinya hipertensi dengan nilai OR 4,083 kali lebih besar daripada yang jarang mengonsumsi <i>junk food</i> .	1.Menggunakan desain <i>cross sectional</i> 2.Instrument penelitian menggunakan kuesioner	Pada penelitian terdahulu menggunakan teknik sampel <i>proportional stratified random sampling</i> , sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan dengan <i>purposive sampling</i>

DAFTAR PUSTAKA

1. Nugroho W. Keperawatan Gerontik. Ed 3. Jakarta: EGC; 2008.
2. Azizah, Lilik M. Keperawatan Lanjut Usia. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2011.
3. Badan Pusat Statistika. Proyeksi Penduduk Kabupaten/Kota Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2015. Jakarta: UNFPA; 2015. Available from : https://www.bappenas.go.id/files/5413/9148/4109/Proyeksi_Penduduk_Indonesia_2010-2035.pdf. Diakses pada 23 september 2018
4. Fitrah, Vina Dwi. Memahami Kesehatan Pada Lansia. Jakarta: Tim; 2010.
5. World health organization (WHO). World health statistics. 2015. available from: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/170250/1/9789240694439eng.pdf>. Diakses pada 23 september 2018
6. Andra, S.W. dan Yessie, M.P. Keperawatan Medical Bedah. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.
7. Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2013; Available From: <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/hasil%20risikesdas%202013.pdf>. Diakses pada 23 september 2018
8. Dinkes Jateng. Profil Kesehatan Tahun 2015. Jawa Tengah: Dinkes Jateng; 2015; Available From: <http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFILKESPROVINSI2015/13.Jateng.pdf>. Diakses pada 23 september 2018
9. Dinkes DIY. Profil Kesehatan Tahun 2017. DIY: Dinkes DIY; 2017. Available from : http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2017/14_DIY_2017.pdf. Diakses pada 23 september 2018
10. Dinkes Bantul. Profil Kesehatan Tahun 2016. Yogyakarta: Dinkes Bantul; 2016. Available from : http://dinkes.bantulkab.go.id/file_storage/dokumen/2016/08/narasi%20profil%202016.pdf. Diakses pada 23 september 2018
11. Khotimah. Stres Sebagai Faktor Terjadinya Peningkatan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Jurnal eduhealth [internet]. 2013;3(2). Available from : <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=175483&val=5318&title=STRES%20SEBAGAI%20FAKTOR%20TERJADINYA%20PENINGKATAN%20TEKANAN%20DARAH%20PADA%20PENDERTA%20HIPERTENSI.pdf>. Diakses pada 15 februari 2018
12. Jill L, Hendro JB, Prisilia AS. Hubungan Kejadian Stres Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia Di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah

- Kecamatan Mapanget Kota Manado. E-Journal Keperawatan [internet]. 2016;4(2). Available from : <https://media.neliti.com/media/publications/106015-ID-hubungan-kejadian-stres-dengan-penyakit.pdf>. Diakses pada 15 februari 2018
13. Dewi, S & Familia. Hidup Bahagia Bersama Hipertensi. A Plus Book. Jakarta.2010.
 14. Idawati M dan I Wayan D. Hubungan Stres Dengan Kenaikan Tekanan Darah Pasien Rawat Jalan. Journal Keperawatan [internet]. 2012;8(2). Available from: <https://ejurnal.poltekke.stjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/149>. Diakses pada 26 april 2019.
 15. Segarhayu, R. D. Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Narapidana di LPW Malang. Jurnal Online,1 (1), 1-5.2013.
 16. Untari Ida. Buku Ajar Keperawatan Gerontik Terapi Tertawa & Senam Cegah Pikun. Jakarta:EGC; 2018.
 17. Laksita D.I. Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Desa Praon Nusukan Surakarta. Jurnal Keperawatan. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhamadiyah Surakarta;2016.
 18. Sunaryo, dkk. Asuhan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: andi; 2016.
 19. Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lansia.
 20. Maryam S. Asuhan Keperawatan Pada Lansia. Jakarta: Tim; 2010.
 21. Agus F, Agus M, Faisal KF. Pengaruh Senam Otak Terhadap Perubahan Daya Ingat (Fungsi Kognitif) Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kubu Raya [skripsi internet]. Pontianak: Universitas Tanjungpura; 2016. Available from: <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/viewFile/15029/13310>. Diakses pada 25 maret 2019
 22. Dianita S, Rahmita C. Umur dan Perubahan Kondisi Fisiologis Terhadap Kemandirian Lansia. J Ners [internet]. Available from : <https://media.neliti.com/media/publications/228935-umur-dan-perubahan-kondisi-fisiologis-te-6085fe95.pdf>. Diakses pada 23 maret 2019
 23. Ani S, Aulia I. Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi. J of Islamic Nursing [internet]. 2017;1(1). Available from : <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/join/article/download/3510/3282>. Diakses pada 23 maret 2019
 24. Putri I, Fery A, Sri I. Hubungan Perubahan Fungsi Fisik Terhadap Kebutuhan Aktivitas Hidup Sehari-Hari (Ahs) Pada Lansia Dengan Stroke (Studi Pada Unit Rehabilitasi Sosial Kota Semarang) [internet]. J Keperawatan Kounitas. 2013;1(1):24-32. Available from : <https://media.neliti.com/media/publications/106015-ID-hubungan-kejadian-stres-dengan-penyakit.pdf>

- neliti.com/media/publications/104516-ID-hubungan-perubahan-fungsi-fisik-terhadap.pdf. Diakses pada 23 maret 2019
25. Wita, Lilis S, Wenny S. Hubungan Perubahan Pada Kulit Dan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Perubahan Kulit Saat Menopause Di Desa Kedawung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. J Of Stikes Insan Cendekia Medika Jombang [internet]. 2016;11(1). Available from : (<http://digilib.stikesicme-jbg.ac.id/ojs/index.php/jib/article/view/228/176>). Diakses pada 23 maret 2019
 26. Sulaiman, Anggraini. Efek Postur Tubuh Terhadap Keseimbangan Lanjut Usia Di Desa Suka Raya Kecamatan Pancur Batu. J Jumanantik [internet]. 2018;3(2). Available from : <http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=825532&val=12521&title=EFEK%20POSTUR%20TUBUH%20TERHADAP%20KESEIMBANGAN%20LANJUT%20USIA%20DI%20DESA%20SUKA%20RAYA%20KECAMATAN%20PANCUR%20BATU>. Diakses pada 23 maret 2019
 27. Irsanty C. Pengalaman Lansia Dalam Penanganan Inkontinensia Urine Di Wilayah Kerja Puskesmas Kamonji. J Keperawatan Soedirman [internet]. 2012;7(3). Available from : (<http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/403/230>). Diakses pada 23 maret 2019
 28. Avliya QM, Sri AM. Hubungan Antara Pola Konsumsi Pangan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Osteoporosis Pada Lansia Di Panti Werdha Bogor. J Gizi dan pangan [internet]. 2013;8(2):123-128. Available from : (<http://ilkom.journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/view/7689/5955>). Diakses pada 23 maret 2019
 29. Julyan VU, Emma SM, Yuanita AL. Hubungan antara Status Gizi dan Sistem Imun Seluler pada Subyek Penyakit Ginjal Kronik Stadium V Hemodialisis di Instalasi Tindakan Hemodialisis RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado [internet]. J e-Clinic. 2018;6(1). Available from : <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/download/18682/18214>. Diakses pada 23 maret 2019
 30. Hermina DHU, Muflih, Thomas AEA. Latihan Range Of Motion Berpengaruh Terhadap Mobilitas Fisik Pada Lansia Di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta [internet]. J Ners dan Kebidanan Indonesia. 2016;4(3):169-1787. Available from : <http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/view/358>. Diakses pada 23 maret 2019
 31. Kowalski, E.R. Terapi Hipertensi Program 8 Minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Dan Mengurangi Resiko Serangan Jantung Dan Stroke Secara Alami. Bandung: Qanita; 2010.

32. Tekanan Darah Menurut WHO. 2014. Available from : <http://www.duniapelajar.com/2014/09/04/tekanan-darah-menurut-who/>. Diakses pada 23 maret 2019
33. Junaidi, Iskandar. Hipertensi (Pengenalannya, Pencegahan, Dan Pengobatan). Jakarta : Pt Bhuana Ilmu Populer. 2010.
34. National Health Foundation Of Australia. Guidelines For The Prevention, Detection And Management Of Chronic Heart Failure In Australia. National Heart Foundation Of Australia And The Cardiac Society Of Australia And New Zealand (Chronic Heart Failure Guidelines Expert Writing Panel). 2011. Available From : <https://www.nhlbi.nih.gov/files/docs/guidelines/jnc7full.pdf>. Pada 12 nov 2018 pukul 13.00
35. Udjianti, Wajan Juni. Keperawatan Kardiovaskuler. Jakarta: Salemba Medika; 2013.
36. Ardiansyah, Muhammad. Medical Bedah Untuk mahasiswa. Yogyakarta: DIVA Press; 2012.
37. Sutanto. Cekal (Cegah Dan Tangkal) Penyakit Modern. Yogyakarta: CV Ando Offset; 2010.
38. Nanang P, Febby HAD. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murui Cikarang Barat. J Ilmiah Kesehatan [internet]. 2013;5(1). Available from : <http://fmipa.umri.ac.id/wp-content/uploads/2016/06/ELFIKA-FAKTOR-2-YG-B.D-PD-TENSI.pdf> pada 13 nov 2018 pukul 12.57
39. Jane AK, Adrian U, Vivekenanda P. Hubungan Faktor Genetik Dengan Tekanan Darah Pada Remaja. J e-clinic [internet]. 2015;3(1). Available from : <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/view/662>. Diakses pada 23 maret 2019
40. Lailatun NR, Erwin, Ari PD. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Primer Pada Masyarakat Di Wilayah Kerjapuskemas Rumbai Pesisir. J nursing [internet]. 2014;1(2). Available from : <https://media.neliti.com/media/publications/186274-ID-faktor-faktor-yang-berhubungan-dengan-ke.pdf>. Diakses pada 23 maret 2019
41. Petrus H, Hendro, Diana N. Hubungan Obesitas Dengan Hipertensi Pada Penduduk Kecamatan Sintang Kalimantan Barat. EJKI [internet]. 2014;2(3). Available from : <https://media.neliti.com/media/publications/60255-ID-hubungan-obesitas-dengan-hipertensi-pada.pdf>. Diakses pada 23 maret 2019
42. Heni H, Enik S, Astidio N. Konsumsi Makanan Tinggi Natrium, Kesukaan Rasa Asin, Berat Badan, Dan Tekanan Darah Pada Anak Sekolah. J Gizi Klinik Indonesia [internet]. 2016;12(3). Available from : <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/viewFile/22632/15573>. Diakses pada 23 maret 2019

43. Rantiningsih S, Edi S, Veriani A. konsumsi junk food berhubungan dengan hipertensi pada lansia di kecamatan kasihan, bantul, Yogyakarta. J ners dan kebidanan Indonesia [book].2015;3(2).universitas alma ata.
44. Rusdi. *Awas! Bisa Mati Cepat Akibat Hipertensi Dan Diabetes*. Yogyakarta: Power Books (IHDINA). 2009.
45. Jajuk K, Nur H, Eko G. Hubungan Jenis Kelamin dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakbok Kabupaten Ciamis. J Mutiara Medika [internet]. 2016;16(2):46-51. Available from : <http://journal.umsida.ac.id/index.php/mm/article/download/4450/3514>. Diakses pada 23 maret 2019
46. Sulastris. hubungan stres dan riwayat kontrol dengan kekambuhan hipertensi pada lansia di upkd psu natar lampung selatan. J kesehatan [internet].2015;6(2): 106-110. Available from : <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/issue/download/6/1>. Diakses pada 23 okt 2018
47. Dalami, Ernawati. *Konsep Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: TIM; 2010.
48. Iyus Y. *Keperawatan Jiwa Edisi Revisi*. Bandung: PT Refika Aditama; 2011.
49. Dwi TP, Novie N, Ita A. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkatan Stres pada Tenaga Kesehatan di RS Universitas Tanjungpura Pontianak. J Cerebellum [internet]. 2016;2(3). Available from : <https://media.neliti.com/media/publications/193572-ID-faktor-faktor-yang-mempengaruhi-tingkata.pdf>. Diakses pada 23 maret 2019
50. Yeniar I, Ika FK, Andrewinata AS, Annisa I. Tingkat Stres Lansia Di Panti Wredha Pucang Gading Semarang. J Psikologi Undip [internet]. 2010;8(2). Available from : <https://media.neliti.com/media/publications/139607-ID-tingkat-stres-lansia-di-panti-wredha-puc.pdf>. Diakses pada 23 maret 2019
51. Stevany RK, Mona W, Mario K. Hubungan Kemunduran Fisiologis Dengan Tingkat Stres Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Kakaskasen Kecamatan Tomohon Utara. E-journal Keperawatan [internet]. 2018;6(1). Available from : <https://ejournal.unsra.ac.id/index.php/jkp/article/download/18783/18324>. Diakses pada 23 maret 2019
52. Nurfika A, Dodi W, Chandra AP. Dukungan Sosial Keluarga Sebagai Upaya Pencegahan Stres Pada Lansia Dengan Andropause Di Desa Gebang Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember. J IKESMAS [internet]. 2014;10(1). Available from : <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/IKESMA/article/download/1682/1399/>. Diakses pada 23 maret 2019
53. Hawari, Dadang. *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi* . ed 2. Jakarta: FKUI; 2011.

54. Nasir, A. & Muhid A. Buku Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa: Pengobatan Dan Teori. Jakarta: Salemba Medika. 2010.
55. Martha RA. Pakar Teori Keperawatan.ed 8 vol.1. Singapore: Elsevier; 2014.
56. Gail W Stuart. Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart ed Indonesia. Singapore: Elsevier; 2013.
57. Machfudz, I. Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif. Yogyakarta: Fitramaya; 2017.
58. Riduwan. Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru-Karyawan Dan Peneliti Pemula. Bandung: Alfabeta; 2013.
59. Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Ed 4. Jakarta: Salemba Medika; 2017.
60. Nursalam. Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Ed 2. Jakarta: Salemba Medika; 2008.
61. Damanik, Evelina Debora. The Measurement of Reliability, Validity, Items Analysis and Normative Data of Depression Anxiety Stress Scale (DASS). *Thesis*. Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, Depok: 2011. Available from : <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/indonesian/Damanik%20Indonesian%20translation%20-%20Reliability.doc>. Dakses pada : 23 mei 2019
62. Hikayat, A.A. Metodologi Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisa Data. Jakarta: Salemba Medika; 2014.
63. Syaiful A, Bagus S, Rahmatini. Karakteristik Pasien Hipertensi Di Bangsal Rawat Inap SMF Penyakit Dalam RSUP DR.M.Djamil Padang Tahun 2013. J Kesehatan Andalas [Internet].2015;4(1). Available From : <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/192/187>. Dakses pada : 23 mei 2019
64. Padila.Keperawatan Gerontik.Yogyakarta:Nuha Medika.2013
65. Wahyuningsih Dan Endri A. Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi Pada Usia Lanjut. J Ners Dan Kebidanan Indonesia [Internet].2013;1(3).71-75. Available from : https://www.researchgate.net/publication/307445667_Faktor_Yang_Mempengaruhi_Hipertensi_pada_Usia_Lanjut diakses pada : 23 mei 2019
66. I WW, Ni LKAR, Muhamad HBMA. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Badung Tahun 2016. E jurnal medika [internet].2016;5(7). Available from :<https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/21559/1426> diakses pada : 23 mei 2019
67. Djauhar A, Rusnoto, Dewi H. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Pusling Desa Klumpit UPT

- Puskesmas Gribig Kabupten Kudus. JKK [internet].2013;4(2). 18-34
 availabel from : <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/205/136> diakses pada : 23 mei 2019
68. Wahyu DS, Muhammad IN. Perbedaan Kualitas Tidur Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Dengan Lansia Di PSTW. JNKI.2014;2(1).21-26
 69. Dita A, Zulpahiyana, Mulyanti. Faktor Dominan Lansia Aktif Mengikuti Kegiatan Posyandu Di Dusun Ngentak.JNKI.2015;3(3).150-155
 70. Hasan A. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang. J Ilmu Kesehatan [internet].2017;2(1).23-30 available from : <https://media.Neliti.com/media/publications/195263-ID-faktor-faktor-yang-berhubungan-dengan-ke.pdf> diakses pada : 23 mei 2019
 71. Theresia RES, Jein MR, Jritiawan PAN. Faktor Risiko Penyebab Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskemas Sidorejo Lor Kota Salatiga. J Kesehatan Kusuma Husada [internet].2019. available from : jurnal.stikeskusumahusada.ac.id/index.php/JK/article/download/326/276/ diakses pada : 23 mei 2019
 72. Julianty P. Faktort-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Di Daerah Perkotaan. J Gizi Indonesia. 2010;33(1).59-66. Available from : https://ejournal.persagi.org/index.php/Gizi_Indon/article/download/83/80. diakses pada : 23 mei 2019
 73. Nurhayati AP, Dwi SP. Prevalensi Hipertensi Dan Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Wilayah Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat Tahun 2013. J FKM UI [internet].2013. available from : http://lib.ui.ac.id/naskahringkas/2015-09/S45761-Dwi%20Suciaty_diakses pada : 23 mei 2019
 74. Sukadiyanto. Stres Dan Cara Mengurangnya [ebook]. 2010. Available from : <http://core.ac.uk/> . diakses pada 26 Mei 2019
 75. Desi KS, Tyagita WS, Beni K, Dkk, Hubungan Tingkat Stres Dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekan Baru. CMJ [internet].2018;1(3). Available from : <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/cmj/article/download/571/397/> . diakses pada : 23 mei 2019
 76. Kementerian Kesehatan RI. Pusat Data Dan Informasi Hipertensi.2018. available from : <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi.pdf>. diakses pada 26 Mei 2019
 77. Triyanto, Endang. Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta: Graha Ilmu;2014.
 78. Fatimah A, Sudikno. Faktor Risiko Hipertensi Pada Orang Umur 45-74 Tahun Di Pulau Sulawesi. J gizi Indonesia.2014;37(2).145-151 available

- from : https://ejournal.persagi.org/index.php/Gizi_Indon/article/download/160/154 . diakses pada : 23 mei 2019
79. Angela FCK, Aprillya MTG, Rahayu HA. Hubungan Antara Umur, Aktivitas Fisik Dan Stress Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kawangkoan. JFKM [internet].2016. available from : <http://medkesfkm.unsrat.ac.id/wp-content/uploads/2016/10/JURNAL-Aprillya-M.T.-Gerungan.pdf>. diakses pada 26 Mei 2019
 80. Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.2013.
 81. Medika, Tim. Berdamailah Dengan Hipertensi. Jakarta:Bumi Medika.2017.
 82. Anggara FHD dan Prayitno N. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012 . Jurnal Ilmiah Kesehatan [internet]. 2013;5(1):20-25.
 83. Budi TR, Fiinsie LW, Jootje MLU. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Puskesmas Ratahan Kabupaten Minahasa Tenggara Periode Desember 2013-Mei 2014. 2014. Available from : <http://fkm.unsrat.ac.id/wp-content/uploads/2014/11/finsi.pdf>. diakses pada : 23 mei 2019
 84. Ananda, Shenian. Hipertensi pada Kelompok Pra Lansia dan Lansia (45-74 tahun) Gakin di Kelurahan Utan Panjang Kecamatan Kemayoran Jakarta Pusat Tahun 2011. JFKM UI.2011. available from: http://lib.ui.ac.id/naskah_ringkas/2015-09/S45761-Dwi%20Suciaty. diakses pada 26 Mei 2019
 85. Suparto. Sehat Menjelang Usia Senja. Jakarta: PT Remaja Resdakarya; 2010.
 86. Putri U, Sri W, Muhammad I. Hubungan *Self Management* dengan Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Prolanis Puskesmas Kasihan II Bantul Yogyakarta [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Alma Ata; 2018.